

Spis treści

Słowo wstępne 5

Wprowadzenie 7

Pięć etapów Pozytywnej Terapii Rodzin 11

1. Etap obserwacji i dystansowania się 13

1.1. Relacja terapeutyczna 14

1.2. Strategie samopomocy 15

1.3. Pozytywne ramy odniesienia 16

1.4. Odniesienie do transteoretycznego modelu zmiany zachowań według Prochaski 17

Metafora 18

Kazuistyka 19

2. Etap inwentarza 21

2.1. Relacja terapeutyczna 21

2.2. Strategie samopomocy 24

2.3. Pozytywne ramy odniesienia 25

2.4. Odniesienie do transteoretycznego modelu zmiany zachowań według Prochaski 26

Metafora 26

Kazuistyka 27

3. Etap wzmocnienia sytuacyjnego 29

3.1. Relacja terapeutyczna 29

3.2. Strategie samopomocy 30

3.3. Pozytywne ramy odniesienia 31

3.4. Odniesienie do transteoretycznego modelu zmiany zachowań według Prochaski 32

Metafora 32

Kazuistyka 33

4. Etap werbalizacji 35

4.1. Relacja terapeutyczna 35

4.2. Strategie samopomocy 37

4.3. Pozytywne ramy odniesienia 39

4.4. Odniesienie do transteoretycznego modelu zmiany zachowań według Prochaski 40

Metafora	40
Kazuistyka	41
5. Etap rozszerzania celów	43
5.1. Relacja terapeutyczna	43
5.2. Strategie samopomocy	44
5.3. Pozytywne ramy odniesienia	45
5.4. Odniesienie do transteoretycznego modelu zmiany zachowań według Prochaski	46
Metafora	46
Kazuistyka	48
Piśmiennictwo	49